Школа	ГБОУ «Реабилитационная школа-интернат «Восхождение» г.о.Чапаевск»	Отд./корп		Дата	04.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	106	Каша манная молочная вязкая	200/5	20,43	229	8	9	29
		376	Бутерброд с сыром	30/25	14,00	240	7	19	9
	гор.напиток	286	Кофейный напиток с молоком	200	10,87	139	3	3	25
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	2,80	90	4	1	17
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты		Яблоки	160	19,59	65	0	1	14
			Сок	200	18,00	82			20
Обед	закуска	13	Салат из моркови с	100	5,95	69	1	0	16
	1 блюдо	42	Рассольник	250	12,76	150	5	11	32
	2 блюдо	172	Рыба тушенная в томате с овощами	100	30,20	136	13	7	6
	гарнир	59	Рис припущенный	150	10,30	164	3	4	29
	напиток	283	Компот из с/ф	200	3,87	102	0		25
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75	4,20	135	6	1	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	75	3,52	155	5	1	31
Полдник	булочное	312	Булочка домашняя	70	8,26	249	5	8	40
	напиток	272	Кефир	180	14,45	92	5	5	7
Ужин	гарнир	92	Рагу из овощей	180	18,04	121	3	6	15
	гор.блюдо	24	Котлета из куриного филе	100	42,12	163	2	14	8
	напиток	300	Чай с сахаром	200	2,16	41			10
	хлеб		Хлеб пшеничный	100	5,60	180	8	1	33
			Яйцо вареное	1 шт	8,00	63	5	5	0
Ужин 2	кисломол.								
	булочное								
	напиток								
	фрукты								